

Corso di certificazione Pilates Matwork Ottobre 2026: Italia (Roma)

Sede del corso

Pilates: A.S.D. Life in Motion
Via Catanzaro, 17, 00161 Roma RM, Italy

[A.S.D. Life in Motion | Pilates](#)

Responsabile: Irma Carpino

Date delle lezioni

Il corso prevede un totale di 12 moduli, tutti erogati in presenza. Questi sono organizzati come segue:

Blocco 1: da Venerdì 9 Ottobre a Domenica 11 Ottobre 2026

Blocco 2: da Venerdì 23 Ottobre a Domenica 25 Ottobre 2026

Blocco 3: da Venerdì 6 Novembre a Domenica 8 Novembre 2026

Blocco 4: da Venerdì 20 Novembre a Domenica 22 Novembre 2026

Tutte le giornate di lezione si svolgono indicativamente dalle 10:30 alle 16:30.

Il corso sarà tenuto prevalentemente da **istruttori senior di UK Body Control Pilates** e le lezioni si svolgeranno per lo più in **lingua inglese**. Tuttavia, per garantire un supporto costante, sarà sempre presente una **tutor italiana** per assistere con eventuali necessità di traduzione durante l'intero percorso formativo.

Argomenti trattati durante le giornate di formazione:

Le 12 giornate di formazione del corso sono articolate al fine di coprire i seguenti contenuti:

- **Modulo introduttivo, comprensivo di articolazioni e piani di movimento.**
- **Bacino e colonna vertebrale.**
- **Respirazione e rilassamento.**
- **Stabilità (centratura).**
- **Cingolo scapolare.**
- **Anca e ginocchio.**
- **Caviglie, piedi, polsi, mani.**
- **Pilates classico.**
- **Precisione del movimento.**
- **Iscrizione e valutazione del cliente.**
- **Piani di lezione e competenze didattiche; completamento del corso.**
- **Revisione e pratica delle tecniche di insegnamento di gruppo, inclusi organizzazione dello spazio e capacità di dare indicazioni (cueing).**
- **Completamento del corso e inserimento nella comunità insegnanti Body Control Pilates.**



Supervised Teaching Weekends

O "*Weekend di pratica Guidata nell'insegnamento*". Durante questi weekend, gli studenti potranno mettere in pratica le proprie competenze di insegnamento con gli altri partecipanti del gruppo, ricevendo indicazioni e feedback dai docenti. Ogni studente potrà mettere in pratica l'insegnamento di diversi esercizi nel corso di ciascuna giornata. Le date previste sono le seguenti:

Sabato 10 Gennaio e Domenica 11 Gennaio 2027

Sabato 31 Gennaio e Domenica 1 Febbraio 2027

Orario: dalle 10:30 alle 15:30

Ogni Weekend di Pratica Guidata includerà anche una breve "Valutazione Pratica" informale per ciascun partecipante. Si tratta di una sessione individuale con il/la docente, durante la quale lo studente discuterà i "Principi Fondamentali" e una selezione di esercizi chiave, dimostrando la propria conoscenza di tali esercizi.

Al di fuori di questi weekend, sarà inoltre possibile effettuare alcune sessioni di Pratica Guidata con la tutor Irma Carpino a Roma. Gli studenti sono anche invitati a partecipare a eventuali workshop di Pratica Guidata online (Zoom) organizzati per gli studenti del Regno Unito.

Incoraggiamo inoltre gli studenti a collaborare e a esercitarsi tra loro il più possibile, oltre a praticare con amici e familiari, prima dei Weekend di Pratica Guidata e prima del Weekend di Valutazione Finale (Sign-Off Weekend).

'Final Sign-Off' Assessments

O "***Esame finale di Abilitazione all'insegnamento***". Questa segna la conclusione del percorso di Pratica Guidata. A ogni studente verrà richiesto di presentare sei piani di lezione almeno tre settimane prima di questo weekend. Durante la valutazione, lo studente dovrà insegnare 20 minuti prendendo spunto da uno di questi piani ai compagni di corso, che fungeranno da "allievi". Il superamento di questa prova indica che lo studente è considerato pronto per insegnare una volta ottenuto il certificato (dopo aver superato anche l'esame di anatomia e il lavoro pratico).

I "**Final Sign-off**" si svolgeranno nei seguenti giorni:

Sabato 21 Febbraio e Domenica 22 Febbraio 2027

*Orario approssimativo: dalle 10:30 alle 15:30 ogni giorno.**

*Tutti gli studenti sono pregati di partecipare a entrambe le giornate. Gli orari potrebbero variare.

Altri esami

Oltre alla valutazione finale ("Final Sign-Off") descritta sopra, ogni studente deve completare con successo quanto segue:

- Esame di anatomia a risposta multipla, da sostenere online
- Lavoro di autoapprendimento sulla teoria del Pilates con la stesura di due brevi saggi.

Il superamento di tutti e tre questi elementi permette di ottenere la Certificazione Body Control Pilates Matwork.

Una volta ottenuto il certificato, avrai la possibilità di entrare a far parte della Body Control Pilates Association, un'associazione internazionale che conta attualmente 1.300 membri in oltre 50 paesi. I dettagli sono riportati di seguito.

Costi del corso

Le quote per il corso di formazione per insegnanti Body Control Pilates Matwork in Italia sarà di €3.950, oppure €3.500 se il pagamento viene effettuato per intero almeno sei settimane prima della data di inizio del corso.

Offerta speciale di lancio per il corso di ottobre 2026!!!

Per il corso che inizia a ottobre 2026, siamo lieti di offrire un **prezzo speciale di lancio** di **€2.950** per chi effettua il pagamento completo almeno sei settimane prima dell'inizio del corso (vedi pagina successiva).

Per i pagamenti effettuati successivamente o per coloro che scelgono il pagamento a rate, la quota del corso di ottobre 2026 sarà di **€3.500**.

Le quote comprendono tutti gli elementi del corso:

- Dispense del corso stampate (in italiano, fornite il primo giorno di lezione)
- Accesso a video online e video esercizi Matwork
- 12 Giornate di formazione + 4 Giornate di Pratica Guidata come sopra indicato
- Esami scritti e pratici
- Certificazione

e inoltre:

- **Un credito di €150** che potrai utilizzare per partecipare a qualsiasi lezione e workshop online per studenti offerto da Body Control Pilates UK (maggiori dettagli verranno forniti durante o subito dopo le giornate di formazione).
- **Affiliazione "Overseas" annuale** alla Body Control Pilates Association
- **Quattro mesi di abbonamento gratuito** a Body Control Pilates Central (la piattaforma online di Body Control Pilates, che offre agli insegnanti e agli studenti l'accesso a video lezioni, risorse didattiche, aggiornamenti professionali e materiali di supporto per la pratica e l'insegnamento del Pilates.)

Le tariffe sono così suddivise:

Quota di iscrizione: € 300

Questo importo è dovuto al momento della conferma dell'iscrizione al corso. L'iscrizione non è garantita fino al ricevimento del pagamento. Si prega di consultare i Termini e Condizioni riportati di seguito.

Tariffe scontate per il pagamento anticipato: € 2.950

Dopo il pagamento della quota di iscrizione, il saldo residuo è di €2.650. Per usufruire di questo costo agevolato, l'importo del saldo residuo deve essere **saldato interamente**, con un **unico pagamento**, almeno **sei settimane** prima della data di inizio del corso. **(entro lunedì 17 agosto 2026).**

Si prega di notare che, qualora non abbiate effettuato il pagamento anticipato entro la data sopra indicata, la tariffa applicata sarà automaticamente di € 3.500.

Pagamento delle tasse a rate

Dopo aver pagato la quota di iscrizione Il tuo saldo si riduce a 3.200 €.

Il pagamento può essere effettuato in tre rate, come segue:

entro il 17 Agosto 2026: €1.200

entro l'8 Ottobre 2026: 1.000 €

entro il 5 Novembre 2026: 1.000 €

Vi preghiamo di contattarci se desiderate discutere di un piano più esteso.

Tutte le commissioni sono pagabili a A.S.D. Life in Motion.

I pagamenti possono essere effettuati tramite carta di debito/carta di credito/American Express oppure tramite bonifico bancario, PayPal o Wise.

Termini e Condizioni

- Per le condizioni di rimborso della quota di iscrizione, consultare il Modulo di iscrizione.
- Si prega di notare che, una volta confermata l'iscrizione al corso da parte di Body Control Pilates, in caso di cancellazione effettuata nei 28 giorni precedenti la data di inizio del corso verrà applicata una penale di €750.
- In caso di mancata partecipazione al corso, di interruzione anticipata o di mancato completamento dello stesso, tutte le quote già versate non saranno rimborsabili.
- Nell'eventualità, seppur improbabile, che la direzione del corso BCPA richieda a uno studente di interrompere la partecipazione, verrà avviato un processo di consultazione. Le quote versate fino a quel momento non sono rimborsabili.
- BCPA prevede una procedura di reclamo e ricorso esterno per gli studenti che ritengono di aver subito un trattamento ingiusto in sede di esame o valutazione.
- Qualora, per validi motivi, uno studente necessiti di più tempo per completare le valutazioni rispetto a quanto previsto dal calendario del corso pubblicato, BCPA farà tutto il possibile per trovare una soluzione alternativa. Se uno studente non ottiene la certificazione entro due anni dall'inizio del corso, BCPA si riserva il diritto di cancellarne l'iscrizione. BCPA si impegna a garantire che tutti gli studenti ricevano il supporto necessario durante il corso.

Iscrizione al corso

Vi preghiamo di compilare il modulo di iscrizione e di inviarlo via email a Ella Porter (Responsabile della formazione, Body Control Pilates Academy):
ella.porter@bodycontrolpilates.com

Domande? Ulteriori informazioni?

Si prega di contattare uno dei seguenti:

Irma Carpino: irma.carpino@lifeinmotion.it

Ella Porter: ella.porter@bodycontrolpilates.com

Per ulteriori informazioni su Body Control Pilates, visita www.bodycontrolpilates.com

